



ニューズレター あすか

通算 226 号

2012
1 月号

2012 年 1 月 1 日

新年の挨拶



昨年、だれもが予想もしなかったほどの大災害が日本を襲いました。私たち日本人にとって命、家族、幸せ、豊かさを根本から見直す年にもなりました。今も多くの被災者の方が生きるために懸命の努力をしています。これからも被災地に心を寄せ、支援していきたいと思います。建築家の安藤忠雄氏が大地震で保護者を亡くした子どもたちのための育英基金（桃柿育英会）を立ち上げました。この基金は10年間にわたって寄付を続けるものです。10年間というのは子どもにとつては、子どもから大人になるほどの長い時間です。寄付を続けることで子どもたちの成長を楽しみにすることができそうです。

医療法人あすかでは、昨年も多くを取り組みをしてきました。その一つは、理事長が社是を、そして新しい経営理念を職員全員で作りました。何度も会合を重ね、私たちのあるべき姿について検討しようやく完成しました。

新しい年は、社是、経営理念を心に刻み一步一步前に進んでいきたいと思えます。

社是 『ともに生き、ともに輝く』

私たちは、患者、利用者、家族、友人、仕事仲間、地域の人たち、多くの人に支えられて生きています。これらの人々たちを大切に、寄り添い、そして相手の可能性を見つけ、その可能性を最大限引き出すことが出来たらどんなに幸せでしょう。相手を輝かせ、自分も輝く。私たちはそれを実現できる人です。

経営理念

『感謝 尊厳 謙虚 誇り』

医療法人あすかは、地域の患者様、利用者様との出会いに感謝し、信頼される法人として常に最善の医療、看護、介護を提供することを使命としています。私たちの仕事は、人の尊厳を守り、人の人生によりよい影響を与え、支えていくことです。私たちは、心を込めて仕事をします。私たちは謙虚であり、仕事に誇りを持ち、社会に貢献していくことを喜びとしています。

社是

ともに生き
ともに輝く

経営理念

感謝 尊厳
謙虚 誇り

とつて、多くの人に支えられ、生かされた「1年」でした。昨年、初めて社是を作りました。いろいろ考えて「ともに生き、ともに輝く」としました。新しい年が希望の年となることを願っています。

（事業部長 高橋 真弓）

【目次】

【ページ】

1. 新年の挨拶・社是と経営理念 1
2. 2012 年 事業所リーダーの抱負 2
3. あすか交流会のご報告 3
4. 夢プロジェクト 4
5. 夢プロジェクト 5
6. 事業所だより
7. おもしろきかな我が人生
～ 高西章子さま 6
8. 若竹句会 十一月作品抄 7
9. 頭の体操
10. あすかスタッフに迫る！ 8

“ニューズレターあすか”は当法人のホームページ上でも
見ることができます

<http://www.asuka-net.or.jp>

発行元：医療法人あすか

（編集：新谷 祐子）

住所：〒731-0103
広島市安佐南区緑井2丁目12-25

TEL:082-879-3143

FAX:082-879-3190

2012年

介護事業所リーダーの抱負



支援事業所

三原 千春

コミュニケーションを大切に
し、チームワーク力をつけて
パワーアップすることです。



まやるちょーく

丸澤 立子

「優しく～温かい」空気の中
で過ごして頂ける様、職員一
同、笑顔を大切に頑張ります。



しゅりあちょーく

幾田 千代

山を登るように、皆様と一緒
に一步一步楽しく進んで、気
がつけば夢が叶っていた!!そん
な『しゅりあ』を目指します。



野ばら 小田 聖子

今年も笑顔があふれ・明るく
元気に過ごし・お互いを信頼
し合って・助け合っていく一年
にしたいです。



野の花 森岡 繁幸

今年も野の花の利用者様
と一緒に色々な思い出を作
り、利用者様、一人ひとりと
しっかり関わっていきます。



つどいの家

吉田 未来

あたたかい思いやりにあふ
れた「家」を目指し、今年も色
んな所にでかけ利用者様と一
緒に楽しく過ごしたいです。



ショートみどりい

森元 智代

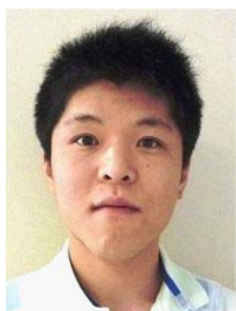
利用者様、家族様、誰もが
笑顔あふれ、明るく安心して
過ごしていただけるように職員
一同取り組んでまいります。



ショートいわや2F

藤田 和弘

空駆けめぐる龍が如く機運
上昇、利用者様と共に職員
一同、笑顔と活気に満ち溢
れた、躍動の一年に致します。



ショートいわや3F

栗原 清志

利用者様一人ひとりが「来
て良かった」と毎日楽しく笑っ
て過ごせるよう職員一同全力
を尽くしていきます。



ショートいわや4F

宮本 泰弘

利用者様と共にスタッフが笑
顔で生活できるような、空間
をみんなで作っていきます。



新年の挨拶

あすか療養センター

センター長 大北 和彦

新年あけましておめでとうございます。

幸福な人生には、心身の健康が第一だと思います。

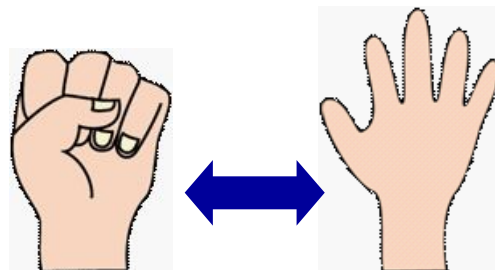
本年も、今以上の努力をし、利用者の方々の健康を維持、促進し、これからの人生を心豊かに過ごせる施設になれるよう、日々精進し、新しい社是・経営理念のもと、あすか療養センターの職員みんなで努めて参ります。

継続は 宝 なり 第1回

12回のシリーズで日常生活に簡単に取り入れられる運動や体のメンテナンスなどを紹介していきます。無理なく継続していくことで、皆様の健康のお手伝いとなり、日々の小さな積み重ねが、体の宝になればと思います。

チーフトレーナー 槇本 弘子

① まずは、**グーパー**
徐々に力をいれて、握ったり開いたり。
眠っていた脳の活性化を図っていきましょう。



寒さが身にしみる時期です。
布団のぬくもりから、なかなか離れることができず、じつとカーテンの隙間からこぼれる日差しを眺めていることはありませんか？
パツと気合を入れ、布団をはねのけられたらよいのですが、なかなかそうはいかないものです。まずは、その前に布団の中で起きる準備をしましょう。

② **つま先を遠くへ**
つま先を起こして
アキレス腱、ふくらはぎが伸びるのを感じながら行ってください。冷えているとつりやすいですから、ゆっくりと。



③ **両膝を立てて、左右交互に倒しましょう。**
数回繰り返したら、膝を倒しやすいほうから、寝返りをして起き上がってください。



- * 布団の中で寝たままで行ってください。
- * 回数は、繰り返して行って、動作が楽になったなど感じるのを目安に行ってみてください。



夢をかなえるプロジェクト



★ 利用者さまの夢をかなえるお手伝いをいたします! ★

* ショートいわや *

『二人でデートしたい!』

〜中田様の夢〜



今回の「夢プロジェクト」の主役は、いわやの「おしどり夫婦」中田様ご夫婦です。「主人はいつでもどこでも奥様のことを気にかけていらつしやいます。「ご主人様はかねてより「自分は今まで仕事ばかりで忙しかったんですよ。これからは夫婦2人でゆっくりデートしたり、旅行したりする時間がほしいねえ。」と口にされています。それを聞いた職員が少しでも一緒に過ごす時間を楽しんで頂ければと屋上庭園でのティータイムを企画しました。お二人のデートの日は10月の晴れた日、朝食を終えたお二人は、揃っていわやの屋上庭園にいらつしやいました。

この日の奥様はお化粧をして、いつも以上に洒落な装いです!そんな奥様を見てご主人様は「きれいだね。かわいいよ。」とそつと奥様の手を握られていました。屋上からの景色は、お二人の居室がある2階から見える景色とはまた違って遠くまで見渡せます。紅葉し始めた木々たちに「いい季節になったねえ。」とお二人とも目を細め、眺めていらつしやいました。用意した紅茶とお菓子をお出した後は、お二人だけでゆっくり過ごしていただきました。奥様は少し照れくさそうに微笑まれ、紅茶を召し上がっていました。お二人の間で交わされた会話は少しでしたが、表情は終始穏やかでその時間はゆつくりと心地よく過ぎていきました。遠くで見守る職員も終始笑顔で、お二人の幸せな時間をおすそ分けしていただきました。帰り際に、どんな話をされたのかお聞きすると「内緒よ〜」と顔を合わせてにつり。

これからも暖かい日は、お二人で屋上で過ごしていただけたらと思います。これからお幸せな時間を紡いでください。(高橋彩)

* つどいの家 *

『幼稚園の先生になりました!』

〜小椿様の夢〜



小椿様は昔幼稚園の先生をされていました。そのためか、ピアノがとてもお上手で、いつもピアノ弾いてくださっています。ピアノを弾いている時の表情は、生き生きと輝いています。そこで、毎年恒例の《菜の花幼稚園交流会》で小椿様にピアノの伴奏をお願いすることにしました。

交流会には、「つどいの家」からご利用者様8名、スタッフ4名が参加しました。私たちが幼稚園に到着すると、園児のみなさんが笑顔いっぱいであげてくれました。かわいい園児の姿に、こちら笑顔満開、「わーかわいいねえ!おばあちゃんとしゃんけんしようか」など、すぐに打ち解けることが出来ました。園児のみなさんは私たちのために一生懸命練習した「真つ赤な秋」などを歌ってくれました。その姿にみなさんとても優しいまなざしで見えておられました。いよいよ小椿様の出番がやってきました。初めは、少し不安そう

な足取りでしたが、ピアノの前に立つと表情がパツと明るくなり「さあー今から曲を弾くよー何の曲か分かるかなあー」「みんなも一緒に歌ってねー」と小椿様のピアノに合わせて会場が一体となり楽しい雰囲気になりました。子どもたち一人ひとりの表情や動きを見ながら、ピアノを弾く姿は、現役の幼稚園の先生そのものでした。交流会のあと、「よかったよー楽しかった!子どもはかわいいね。」私も昔はこーゆー仕事をしてたからねえ」と普段よりもっと素敵な表情を見ることができました。(井上)



＊まやるちよーく＊

『へちま化粧水ができました！』

～脇本様の夢～



今年5月から丹精込めて作られたへちま、いよいよ化粧水になる時がやってきました。9月中旬に茎を

切り、根から吸い上げる樹液を一升瓶に採取しました。その樹液をろ過した後、無水エタノールとグリセリンを混ぜ、香りづけにベルガモット（柑橘系の香り）の精油を数滴入れ完成し、小瓶に分けました。まずは、脇本さんから事業部長へ贈呈式を行い、事業部長から「ありがと、すぐ使わせてもらおうわ」とのお礼の言葉に、脇本さんも嬉しそうでした。続けて脇本さんは、職員一人ひとりに声をかけながら渡して下さいました。職員皆さっそく手につけ

「しつとりするね、気持ちいいね」と

大絶賛でした。ますます美しい職員になれるでしょう。一緒に作る喜びを教えてください。脇本さんありがとうございました。（福田）



＊しゅりあちよーく＊

『元気の秘訣は

大好きな麻雀をすること！』

～藤澤様の夢～



いつも元気で笑顔の絶えない藤澤様。そんな藤澤様の楽しみは麻雀です！他のプログラムよりも最優先で麻雀を楽

しまれています。麻雀はお父様に教えてもらった事がきっかけで始められ、中学の頃から大人に交じって牌を握られていたの事。集中してやりすぎて 立った時に足がしびれて転けた経験もあるとか。：。「しゅりあにきて何十年ぶりに麻雀をすることができ、とても嬉しかったのよ！」「麻雀は頭の体操にもなるし、指先の運動にもなつてとても良いことなのよ。」と、生き生きとした明るい表情で話して下さいます。昼食後のフロアには、藤澤様と麻雀仲間の皆様との楽しそうな笑い声が絶えず響いています。麻雀を知らない方や職員もその勝敗の行方が気になつてしまふ、明るく楽しい雰囲気です。そんな様子を見て麻雀に興味を持たれた全くの初心者の方にも、優しく丁寧に教えておられ、麻雀仲間の輪はどんどん広がってきています。

これからも お好きな事を思う存分楽しんで頂ける様な、環境作り、時間を大切に支援していきたいと思ひます。（高橋尚）



シミートみどり

お菓子作り



皆さま待望のどらやきを焼きました。皮はホットケーキの素、中はおこしと生クリームの2種類です。ホットプレートで

生地を焼き始めると「早くひっくり返した方がいいよ」「いや、もう少し焼かんといけん」：。喧々諤々です。次から次へとおもしろいような沢山のどらやきの皮が焼きあがり、フロア中に甘い香りが漂ってきました。

「早く食べたいね」「では、ちよつとだけよ」と少しづつ皆さんに試食して頂きました。「うん！おいしい！」「もつといっぱい食べたいな」「それは午後からね」と、待ち遠しかったおやつ時間の緑茶やコーヒと一緒に皆さままでおいしく頂きました。

おやつを作る時の真剣で積極的な表情、出来上がったおやつを食べるときのとても無邪気な笑顔、皆さまのいろいろな表情に私たちの心も喜びでいっぱいになりました。とても楽しい一日となりました。（豊久）



すてっぶ
たかにし あきこ
高西 章子さま



おもしろきかな我が人生



昭和16年1月10日(70歳)

すてっぶに行くのを
楽しみにしとるんよ

- ・ お住まい…安佐南区毘沙門台
- ・ 好きな食べ物…何でも好きよ
(ゴーヤ以外)
- ・ 趣味…手芸・物づくり

◎ 小さい頃…

生まれは四国の今治だけど、物心ついた頃には呉の広に住んどったんよ。四国におった時の記憶はほとんどないんだけど、一つだけ覚えてる事があって、伯方島でのお祭りで、石に何重ものひもをくくりつけて、それを何人もの人が引つ張りあつて石を地面にたたきつけるお祭りがあつたんよ。何故だかそれだけは記憶に残つとるんよね…。

小学生の頃はすごく活発で何の遊びをするにも男の子とよく張り合いをしようたね。鉄棒やドッジボールなんかはよくしようたよ。とにかく、勉強よりも外に出て体を動かす事が好きだつたね。

◎ 主人との出会い・結婚…

家の近所に豆腐屋があつて、そこに勤めていた男の人がおつたんよ。私は中学を卒業してからすぐに地元の製麺所に働きに出ようたんだけど、朝が早かつたんよ。それで向こうも豆腐屋で朝が早く、何度か仕事の関係で話すようになってね。それからお互いに気が合うようになってたんよ。少し経つたくらいに向こうの父親がうちの両親に話があるつて来てからね、「うちの息子との結婚を許してくれるまで帰りません」つて…。あの時はびっくりしたね。私の両親は、私はまだ18歳で若すぎるつて事で悩んどつたみたいなんだけど、わざわざ頼みに来てくれるけえ、結婚を許してくれたんよ。じゃけえ、主人からのプロポーズはなかったね。結婚してからは主人は東洋工業(マツダ)に就職してね、当時は「クーペ」つていう軽自

動車が売れて売れて主人は毎日残業たつたんよ。夜が遅いけえ心配でね、まだ車も無かつたし電車通勤だつたけえ、残業の日は駅まで自転車を迎えに行きようたんよ。自転車1台しか無かつたけえ、二人乗りして帰つたね。今思えばあの頃は二人とも若かつたんじやね。いい思い出よ。

◎ 趣味…

趣味は手芸に刺しゅうに物作りじやね。結婚してから機械編みを習いに行き始めてそれからずっと続けとるんよ。私の母親がものすごく器用な人でね、昔は服を買おう金もそこまであるわけじやないから、毛糸でセーターを編んでくれてね。6人兄弟だつたんだけど、全員分のセーターを作ってくれようたよ。あとは、新聞のちらしで五重塔を作つたり、いろんな物を作つて人にあげたりしようたね。昔から貧乏するものは器用つて言つたもんよ。その母親を受け継いだのか、私も細かい作業が好きでね。刺しゅうでも、老眼鏡をかけて虫眼鏡をしてやつと糸が見える作業でも1カ月2カ月かけてやり抜くからね。今では何十種類の作品が家にあるよ。あとは、棚を作つたりもするんよ。ちよつとしたスペースに棚が欲しいなと思つたら、メジャーで正確に測つて自分で構図も作つて、木工屋でそのサイズに切つてもらつて家に持つて帰るんよ。そこからは自分で釘を打つたり穴を開けたり。組み立てるのはもちろん何でもするんよ。それからパソコンもしよるね。パソコン始めて少ししか経たんけど、今では自分のホームページも作れるようになってね。いろんな人に教えても

らいながら頑張つて作りよるんよ。メル友もたくさんおるよ。(笑)

◎ すてっぶに来たきつかけ…

娘がケアマネをしようつて、早めに介護申請をした方がいいよつて言われとつたんじやけど、元氣じゃけえ大丈夫と思つとつたら腰椎を骨折してしまつてね。高橋先生の勧めで、すてっぶを体験することになったんよ。家にも動かんからいいきつかけだと思つてね。すてっぶに来ると話はできるし運動もできるから良い気分転換になつとるよ!



高西様の素敵な刺しゅうを飾らせて頂いています。見事な作品で利用者様からも「すごいね」とため息が聞こえてくる程です。細かい作業でも最後まであきらめず事なく何十種類の作品を完成しておられる高西様。これからの無理のないよう作品作り、そして運動も頑張つて下さい。

(寺本)

秋の夜や 読書に夢中で 刻^{とき}忘る

後藤 義高

〔寸評〕さすが読書の秋ですね。十月二十七日から二週間は読書週間です。「読書の習慣を持つているかどうかは、その人の人生の幸福感を左右する」（ニューズレターあすか十一月号六ページ）とあります。

栗拾い 足で踏むのは 忙^{せわ}しない

河野 一枝

〔寸評〕棘のある毬に包まれた栗の実を取り出すには、両足の靴で踏みこむようにして出さねばならない。こんなことは忙しくてできそうもないという句意。「忙しい」の「ない」は甚だしいの意で「忙しい」ということです。

店先で 人だかりする 松茸だ

常広 信枝

〔寸評〕久しぶりに耳にする松茸の当たり年のようです。毒茸にはご用心。

松茸の 高嶺^{たかね}の花に 手も出せず

原田ツヤノ

〔寸評〕それでも匂いくらいは嗅いでみたんでしょう？

それぞれに 木々色染めて 山装^{よそ}う

中谷 明子

〔寸評〕イチョウ・ダケカンバなどは黄葉、カエデ・ウルシなどは紅葉が著名です。

海渡り 紅葉狩する 人の波

吉岡千恵子

〔寸評〕宮島へ渡る人の波のことでしょうか。紅葉谷公園の赤い縁台が目に見えます。「海渡り」「紅葉狩」海の色と紅葉の色とが響き合って、上品な一句になりました。

おお寒い 外は雪が 降っている

綿谷カツエ

〔寸評〕この句、「寒い」と「雪」は同じ冬の季語であり、季節感が重なっている「季語重なり」です。初心のうちは「一句一季語」に努めたいものです。

《朝一番外には雪が降っている》では如何。

〔選者 吟〕

朝市や 露けきものを 並べをり

信廣 高陽

ちょっとブレイク

頭の体操

* 言葉 *

広島弁クイズ

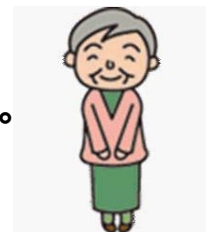
～ 広島弁の会話です。標準語に直せますか？ ～

Aさん：今日は ひていじゅう 降ったり晴れたり いなげな天気じゃねえ。

Bさん：ほ～よ。急に降られてから びっしゃこになったんよ。

Aさん：そりゃ～いけんかったねえ。はよ～しかえにゃあ 風邪ひくよ。

Bさん：ハ～～～ックション！！



はぁ 風邪ひいてしもうたかいね。

高橋先生に診てもらわにゃ～いけんねえ。

答えは、8ページにあります！



あすかスタッフに迫る！

すてっぴ 作業療法士

瀧本 こずえ さん



Q. 入社のきっかけは何ですか？

- A. 5年前まであすかで働いていたのですが、出産のため退職し、4年間専業主婦をしていました。ちょうど仕事をしようかと考えていた時期にタイミング良く声をかけて頂き、再びあすかで働かせていただく事になりました。1月で1年になります。
- まだ子供が小さいので病気になった時はどうしよう…と考えた事もありますが、病児保育室があるので心強いです。

Q. 仕事をする上で心がけていることは何ですか？

- A. リハビリは継続が必要ですので、リハビリが苦手にならないように出来れば楽しくリハビリをして頂けるように心がけています。また、利用者様のニーズに合わせて、日常生活に役立つようなリハビリが提供できるように普段の何気ない会話も大切にしていきたいと思っています。

Q. 仕事をしていて良かったなと思うことは何ですか？

- A. 利用者の方から、こんなことが出来るようになったよとか、前より楽に歩けるようになったなどというお話が聞けた時は本当に嬉しく、この仕事をしていて良かったなと思います。

Q. 休日は何をしていますか？

- A. 子どもを連れて公園に行ったり、イベントに参加したりと外に出て遊んでいることが多いです。先日広島ドリームネーションを見に行ってきました。子どもが喜んだのはもちろんなのですが、光の世界はとても幻想的で大人もとても楽しむ事が出来ました。

★スタッフの声★

明るくハキハキと利用者様とリハビリに取り組み、優しさの中に厳しさも(ご利用者様の声・・・)。
すてっぴの若きエースです！

インタビュー：山崎 章子



Aさん:今日は1日中降ったり晴れたりおかしな天気ですね。

Bさん:そうね。急に降られてびしょぬれになったのよ。

Aさん:それはいけなかったわね。早く着替えないと風邪ひくわよ。

Bさん:ハ~~~~~ツクシヨン！

もう風邪ひいてしまったかしら。高橋先生に診てもらわなければいけないわね。



7ページの答え

【編集後記】
新年明けましておめでとうございます。
今月号は、医療法人あすかの新しい社是・経営理念、各事業所リーダーの平成二十四年の抱負、あすか交流会のご報告など盛りだくさんの内容をお届けしています。
『皆さまに伝わる通信』を目標に今年もさまざまな記事を紹介していきたいと思っております。どうぞ宜しくお願い致します。

昆沙門クリニック
ショートステイ いわや
デイサービスセンター 野の花

あすか療養センター 緑井3丁目40-30

デイサービスセンター しゅりあちよーく
デイサービスセンター 野ばら

昆沙門台東1丁目24-16

小規模多機能型居宅介護事業所 つどいの家
ショートステイ みどりい
通所リハビリテーション すてっぴ
デイサービスセンター まやるちよーく
高橋内科小児科医院

緑井2丁目12-25

あすか病児保育室

あすか居宅介護支援事業所
082-830-5177

緑井3丁目20-1-103

医療法人あすかの医療・介護関連施設